

Abstract

Die vorliegende Arbeit befasst sich mit dem personzentrierten Verständnis von Trauma. Besondere Aufmerksamkeit gilt dabei interpersonalen Typ-2-Traumata, bzw. durch nahe Bindungspersonen verursachten Traumatisierungen.

Die Arbeit stützt sich wesentlich auf die theoretischen Konzepte von Gahleitner, Biermann-Ratjen und Keil, darauf aufbauend wird Trauma als auf eine tiefgreifende Inkongruenzerfahrung verstanden, die die Integration des Erlebten in das Selbstkonzept verhindert. Es wird beleuchtet, welche Auswirkungen insbesondere frühe Traumatisierungen auf das Selbst und die Selbstentwicklung haben. Im Zentrum stehen dabei frühe Beziehungserfahrungen, die auch ohne offensichtliche äußere Gewalt, etwa durch emotionale Vernachlässigung, Abwertung oder fehlende emotionale Resonanz, traumatisierend wirken können. Infolge werden klassische traumatherapeutische Konzepte aus personzentrierter Perspektive betrachtet um anschließend einen Prozess personzentrierter Trauma Begegnung zu beschreiben. Abschließend wird die empathische, kongruente und wertschätzende therapeutische Beziehung als zentraler Wirkfaktor personzentrierter Traumatherapie identifiziert, der wesentlich dazu beiträgt, dass traumatische Erlebnisse integriert werden können bzw. sich (wieder) eine Kohärenz im Selbstkonzept entwickeln kann. Zusammengefasst: Die Arbeit verbindet theoretische Grundlagen mit persönlicher Reflexion und entwickelt daraus ein integratives Verständnis von Trauma im Rahmen des Personzentrierten Ansatzes.

Schlüsselwörter: Trauma, Personzentrierter Ansatz, Selbst, Selbstkonzept, Beziehung, Bindungstrauma

This thesis explores a personcentered understanding of trauma, with a focus on interpersonal type-II trauma and trauma caused by close attachment figures. Based on the theoretical work of Gahleitner, Biermann-Ratjen, and Keil, trauma is understood as deep experience of incongruence that prevents the integration of the traumatic experience into the self-concept. The work examines how early traumatic experiences—especially those involving emotional neglect, devaluation, or a lack of emotional resonance—affect the developing self, even when no obvious external violence is present. Classical trauma-therapy concepts are then viewed from a person-centered perspective, followed by a description of a person-centered process of encountering trauma. The therapeutic relationship—empathic, congruent, and positive regarding—is identified as the central factor that enables the integration of traumatic experiences and supports the growth of coherence in the self-concept.

Keywords: trauma, person-centered approach, self, self-concept, relationship, attachment trauma